

બાળકો માટે સમય

અનુક્રમણિકા

સૌથી યોગ્ય નિર્ણયો લેવા	02
શું બાળકોને ખરેખર માતા પિતા બંનેની જરૂર પડે છે?	06
શું માતા કે પિતા બેમાંથી કોઈ એક વધારે અગત્યનું હોય છે?	08
કેટલી વાર સંપર્ક (કોન્ટેક્ટ) કરવાનું સૌથી ઉત્તમ છે?	10
શું સંપર્ક રાખવાનું બાળકો માટે હંમેશાં સારું હોય છે?	14
મારે બાળકોને શું કહેવું?	18
સલાહ અને ટેકો	21

સૌથી યોગ્ય નિર્ણયો લેવા

બાળકોને તેમનાં માતા અને પિતા બંને સાથે સંબંધ રાખવાનો હક છે. જ્યારે કોઈ કુટુંબ ભાંગે છે, ત્યારે બાળકો તેમનાં માતા અને પિતા બંને સાથે અને તેમનાં કુટુંબનાં બીજાં સભ્યો અને સગાં સાથે પણ સંબંધો રાખે અને વિકસાવે તે ઘણું જ અગત્યનું છે.

આ સંબંધો જાળવવા માટેની સૌથી સારામાં સારી ગોઠવણ એ છે કે:

- કુટુંબમાં ચાલતા ઝઘડાથી બાળકોને દૂર અને સલામત રાખવાં, અને
- તેમને માતા કે પિતાની સારી સંભાળ અને પ્રેમ મળી રહે તેની ખાતરી કરવી.

સૌથી પહેલાં પોતાનાં બાળકોની જરૂરતો, મંતવ્યો અને લાગણીઓને ધ્યાનમાં લીધા પછી આ ગોઠવણો નક્કી કરવા માટે સામાન્ય રીતે સારામાં સારી વ્યક્તિ માતાપિતા છે.

જ્યારે કોઈ કુટુંબીજનો છૂટાં પડે છે ત્યારે માતાપિતા બાળકો સાથે કેટલીવાર સંપર્ક (કોન્ટેક્ટ)¹ રાખવો તેનો જ ઉકેલ લાવવામાં એટલાં ચિંતિત થઈ જાય છે કે તેઓ આ સમય શા માટે બાળકો સાથે વીતાવવો જોઈએ તેની પાછળના ખરેખરા કારણને અવગણી બેસે છે.

¹ સંપર્ક (કોન્ટેક્ટ) એક પારિવાહિક શબ્દ છે જે બાળક અને હવેથી તેની સાથે ન રહેતાં હોય તે માતા અથવા પિતા કે કેરર સાથે તેના સંબંધો ચાલુ રાખવા માટેની ગોઠવણોનું વર્ણન કરવા માટે વાપરવામાં આવે છે.

કુટુંબમાં ભંગાણનો અનુભવ કરનારી કોઈ પણ વ્યક્તિને ખબર હશે કે તે કેટલું મુશ્કેલ હોય છે. જ્યારે લાગણીઓના ઉભરા આવતા હોય ત્યારે શાંતી અને ધીરજ રાખવાનું અઘરું બની શકે છે. ઘણી વાર એવું લાગે છે કે તમે બંને જણા હવે જરા પણ વાત કરી શકો તેમ નથી અને કોઈ પણ બાબતે એકબીજા સાથે મંજૂર થવાની કોઈ શક્યતા નથી. તમારાં બાળકોના હિત ઉપર ધ્યાન આપવાનું આવા સમયે મુશ્કેલ બની શકે છે તેમ છતાં, ઘણાં માતાપિતાઓએ જોયું છે કે તેમના પોતાના ઝઘડા બાજુમાં રાખીને પહેલાં પોતાનાં બાળકોની જરૂરતોનો વિચાર કરવાથી ક્યારેક ગોઠવણોનો ઉકેલ લાવવા માટેનો આગળનો રસ્તો મળી આવે છે. તમારાં બાળકો તમને પ્રેમ કરે છે, તમારા ઉપર આધાર રાખે છે અને તેમને તમારી સંભાળ અને હિંમતની જરૂર અત્યારે જ સૌથી વધારે પડશે. ભવિષ્ય માટેના સંભવિતપણે સૌથી યોગ્ય હોય તેવા નિર્ણયો તમે લો તે ઘણું જ આવશ્યક છે.

આ માર્ગદર્શિકા 'ચિલ્ડ્રન એન્ડ ફેમિલિ કોર્ટ એડવાઈઝરી એન્ડ સપોર્ટ સર્વિસ', સી.એ.એફ.સી.એ.એસ.એસ. CAF/CASS, દ્વારા લખવામાં આવી છે. તે કૌટુંબિક ભંગાણનો અને પોતાનાં બાળકોના ભાવિ ઉછેરને લગતા મુશ્કેલ નિર્ણયોનો સામનો કરી રહેલાં માતાપિતાઓ, દાદા-દાદીઓ અને કેરરો માટે બનાવવામાં આવી છે. તે તમારાં બાળકો માટેની ગોઠવણો વિશેના સર્વોત્તમ નિર્ણયો લેવામાં તમારી મદદ કરવા માટે માહિતી આપે છે. બાળકોનો સંપર્ક રાખવા અંગે કુટુંબીજનો અને કોર્ટ્સને સલાહ આપતી વખતે સી.એ.એફ.સી.એ.એસ.એસ. CAF/CASSનાં પ્રેક્ટિશનરો દ્વારા લેવામાં આવતા વલણને સમજવામાં પણ તમને આનાથી મદદ થશે. અમારું માનવું છે કે આ માહિતી મેળવવાનો અને તમારાં બાળકો માટે અત્યંત અગત્યની આ બાબત ઉપર વ્યવસાયિકોનાં શું મંતવ્યો હોય છે તે જાણવાનો તમને અધિકાર છે. દરે પ્રકરણમાં અલગ અલગ ખાસ મુદ્દાઓ કે ચિંતાઓ ઉપર ધ્યાન આપવામાં આવ્યું છે, જેનો અમારા અનુભવ પ્રમાણે, છૂટા પડ્યા પછી કોર્ટમાં આવતાં કુટુંબોએ મોટે ભાગે સામનો કરવો પડે છે.

સી.એ.એફ.સી.એ.એસ.એસ. CAFCASS વિશે

સી.એ.એફ.સી.એ.એસ.એસ. CAFCASS એક બિન-વિભાગીય જાહેર સંસ્થા છે, જે કોર્ટ્સ, સોશિયલ સર્વિસીસ, એજ્યુકેશન વિભાગ, હેલ્થ ઓથોરિટીઓ અને અન્ય સંસ્થાઓથી સ્વતંત્ર છે. અમારાં પ્રેક્ટિશનરોને બાળકો અને કુટુંબો સાથે મળીને કામ કરવા માટેની તાલીમ અને અનુભવ પ્રાપ્ત છે. તેઓ કુટુંબોને મદદ કરે છે અને બાળકોનાં હિતો વિશેની બાબતો ઉપર કોર્ટ્સને સલાહ આપે છે.

અમારું કામ આ છે:

- બાળકોને મોખરે રાખવાં અને કૌટુંબિક ઝઘડાઓમાં તેમજ કોર્ટની સુનાવણીઓમાં બાળકોના અધિકારો, મંતવ્યો અને જરૂરતોને ધ્યાનમાં લેવામાં આવવાં
- બાળકની સુખાકારી અને બાળકની સલામતીને બઢતી આપવી.
- માતાપિતાઓના અધિકારો અને જવાબદારીઓનું અને દાદા-દાદીઓ તેમજ બીજાં કેરરોના અધિકારોનું માન જાળવવું
- બાળકોની જવાબદારી જેમના ઉપર હોય તેમની વચ્ચે સહકાર સ્થાપવા માટે પ્રોત્સાહન આપવું.

અમારો કાર્યવ્યવહાર અનુભવ અને સંશોધન ઉપર આધારિત છે અને તેને ટેકો આપવા માટે વિસ્તૃત તાલીમ આપવામાં આવે છે. આ માર્ગદર્શિકામાં તમને સંશોધન માટેના કેટલાક સંદર્ભો મળશે જેનાથી અમને બાળકો સાથેના સંપર્ક વિશેનાં અમારાં મંતવ્યો બાંધવામાં મદદ મળી છે.

કુટુંબો સાથે અમારું કામ

તમે કદાચ અમારો આમના મારફતે સંપર્ક કર્યો હશે:

- **કુટુંબો સાથેના સહાયના કામકાજ** - જેમ કે 'છૂટાછેડા સાથેનું જીવન' 'Living with Divorce' અભ્યાસક્રમો, અથવા કોઈ મીડિયેશન સર્વિસ, કાઉન્સેલિંગ સર્વિસ, ચાઈલ્ડ કોન્ટેક્ટ સેન્ટર અથવા અમારી સાથે ભાગીદારીમાં કામ કરતી બીજી સંસ્થાઓ.
- **ઝઘડાનો ઉકેલ લાવતી સેવા** - કોર્ટમાં અરજી કરનારાં મોટા ભાગનાં કુટુંબોને તે મળી શકે છે. ઝઘડાનો ઉકેલ લાવતી સેવાથી બાળકો, માતાપિતાઓ અને કેરોને બાળકોના સંપર્કને લગતી ગોઠવણો માટે સહમતી કરવામાં મદદ મળી શકે છે. તમારાં બાળકો માટેની કોઈ ગોઠવણ નક્કી કરવામાં તમારી મદદ કરવા માટે અમારા કોઈ પ્રેક્ટિશનર સાથે તમારી અનેક મીટિંગો કરવામાં આવી શકે. પ્રેક્ટિશનર તમને બાળકોની જરૂરતો અને તેમની સલામતીને લગતી બાબતો ઉપર સલાહ આપી શકે છે. તેઓ કદાચ તમારાં બાળકોને મળવાની માગણી કરશે અથવા આખા કુટુંબની સાથે એક મીટિંગ કરવાનું સૂચન કરશે જેથી તમારાં બાળકોનાં મંતવ્યો પણ સાંભળીને વિચારમાં લઈ શકાય. ઝઘડાનો ઉકેલ લાવવા માટેની ગોઠવણો દરેક કુટુંબની જુદી જુદી જરૂરતો અનુસાર જુદી જુદી હોઈ શકે છે અને લગભગ 75% જેટલા કેસો આ રીતે ઉકેલાઈ જાય છે અથવા આ રીતે તેમના માટે કોઈ ગોઠવણ કરી શકાય છે. આ ગોઠવણો અથવા માતાપિતાએ સંભાળ રાખવા માટેની યોજના બાંધછોડ કરી શકાય તેવી અને સ્વૈચ્છિક હોઈ શકે છે અથવા તેને કોર્ટના ઓર્ડરના આધાર તરીકે વાપરી શકાય છે. કોર્ટની સતત ચાલતી ખર્ચાળ અને દુખદાયક કાર્યવાહીઓને બદલે તમારી મુશ્કેલીઓનો ઉકેલ આ રીતે ઝઘડાનો ઉકેલ લાવતી સેવા દ્વારા લાવવાનું ઘણું બહેતર છે.
- **બીજું વધારે કામ** - જો કોર્ટ સી.એ.એફ.સી.એ.એસ.એસ. CAFCASS પાસેથી રીપોર્ટ માગે અથવા તમારા કુટુંબ સાથે હજુ વધારે કામ કરવાનું કહે, તો તમારી સાથે અને તમારાં બાળકો સાથે મીટિંગની ગોઠવણ કરવા માટે અમારા કોઈ પ્રેક્ટિશનર તમારો સંપર્ક કરશે. અમારું કામ પૂછપરછો કરવાનું, બાળકો માટે શું સૌથી વધારે સારું રહેશે તેની કુટુંબનાં સભ્યો સાથે ચર્ચા કરવાનું અને તે પછી બાળકોની દેખભાળ માટેની યોગ્ય યોજના વિશે કોર્ટને સલાહ આપવાનું છે. જો જરૂર હશે, તો તે પછી કોર્ટ સુનાવણી ગોઠવશે અને દરેક વ્યક્તિનાં મંતવ્યો સાંભળીને અને પ્રશ્નો પૂછીને મેજિસ્ટ્રેટ અથવા જજ એક ઓર્ડર બહાર પાડશે. જ્યાં બાળકના સંપર્કની ગોઠવણોને લગતી મુશ્કેલીઓ સતત ચાલુ રહેતી હોય, ત્યાં એક ફેમિલિ આસિસ્ટન્સ ઓર્ડર દ્વારા વધારે ટેકો અથવા સલાહ આપવામાં આવી શકે.

જેમને વધારે માહિતી જોઈતી હોય, જેમ કે પુખ્ત વયનાં લોકો, યુવાનો અને બાળકો માટે અમારી છાપેલી પત્રિકાઓ, વ્યક્તિગત કેસના અભ્યાસની વિગત માહિતી મેળવવા માટે, અને પ્રશ્નો ઈમેઈલ મારફતે પૂછવાની સગવડ માટે, અમારી આ વેબસાઈટ જોઈ શકાય છે:

www.cafcass.gov.uk

માહિતી અને ટેકો મેળવવાનાં બીજાં સ્થાનોની વિગતો આ માર્ગદર્શિકાની પાછળ આપેલી છે.

શું બાળકોને ખરેખર માતા અને પિતા બંનેની જરૂર પડે છે?

સી.એ.એફ.સી.એ.એસ.એસ. CAFCASS નું માનવું છે કે જો કુટુંબમાં ભંગાણ પડ્યા પછી પણ બાળકોને તેમનાં માતા અને પિતા બંને દ્વારા તેમજ નજીકનાં કુટુંબનાં બીજાં સભ્યો દ્વારા પણ પ્રેમ અને સંભાળ આપવાનું ચાલુ રાખવામાં આવે તો તેઓ વધારે ખુશ અને વધારે સફળ જીવન જીવી શકે છે.

બાળકોને આ સંભાળ સતત રીતે મળતી રહેવી જરૂરી છે અને તે મેળવવાનો તેમનો અધિકાર છે, સિવાય કે તેમનો સંપર્ક રાખવાનું શા માટે બંધ કરવામાં કે ઓછું કરવામાં આવવું જોઈએ તે પાછળનાં કોઈ અગત્યનાં કારણો હોય.

“... માતા અને પિતા બંને અથવા બેમાંથી કોઈ એકથી છૂટા પડી ગયેલા બાળકના માતા અને પિતા બંને સાથે અંગત સંબંધો અને સીધો સંપર્ક નિયમિત રીતે રાખવાના તેના અધિકારનું માન જાળવવું જોઈએ, સિવાય કે તેમ કરવાનું બાળકના સર્વશ્રેષ્ઠ હિતોની વિરુદ્ધમાં હોય.”

જ્યારે બાળકો કોઈ દબાણ અનુભવ્યા વગર પોતાનાં મંતવ્યો જણાવી શકે ત્યારે મોટા ભાગનાં બાળકો માતા કે પિતા બેમાંથી કોઈ સાથે કે તેમના માટે અગત્યની હોય તેવી બીજી કોઈ પણ વ્યક્તિ સાથેનો સંપર્ક ગુમાવવા માગતાં નથી. કૌટુંબિક જીવનનું માન મેળવવાનો બાળકોને અધિકાર છે અને કોઈ બાળક પાસેથી તે અધિકાર છીનવી લેવા માટે કોર્ટ પાસે ઘણું વાજબી કારણ હોવું જ જોઈએ. આ અધિકાર બાળકના અધિકારો ઉપરના યુ.એન. અધિવેશનના લેખ 9માં જણાવવામાં આવ્યા છે: ઉપરનું અવતરણ જુઓ.

માતા અને પિતા તેમજ બીજાં અગત્યનાં લોકો સાથે સતત સંપર્કમાં રહેવાનું બાળકો માટે અગત્યનું છે, જેથી:

- તેમની માનસિક અને લાગણીશીલ જરૂરતો પૂરી થઈ શકે
- તેમની સુખાકારી, આત્મવિશ્વાસ અને પોતાની જાત પરનો ભરોસો વધી શકે
- તેમની સાંસ્કૃતિક, વંશીય, કૌટુંબિક અને તબીબી પાર્શ્વભૂમિકાઓ સમજવામાં અને તેની આપલે કરવામાં મદદ થાય
- કૌટુંબિક સંબંધો વિશે તેમના મનમાં બગડેલી સમજણ સુધારવામાં મદદ મળે
- તેઓ આરામદાયક અને સલામત રહે તેની ખાતરી થાય
- તેમના અગત્યના સંબંધો રાખવાની અને તેમનો આનંદ માણવાની તેમને સ્વતંત્રતા મળી રહે.

બાળકોને તેમની સાથેના સંપર્કનો વધુમાં વધુ ફાયદો મળી રહે તેની આ રીતે ખાતરી કરવી:

- બાળકોની જરૂરતોને મોખરે રાખવી
- દરેક બાળકની જુદી જુદી જરૂરતો અનુસાર ગોઠવણ કરવી
- બાળકોને માહિતી આપવી અને તેમની વાત ધ્યાનથી સાંભળવી
- બાળકોને સલામત રાખવાં અને સલામતીની લાગણી કરાવવી
- તેમની સાથે સહમત થવાનો અને તેમને સહકાર આપવાનો પ્રયત્ન કરવો
- બાળકોની દેખભાળ રાખવા અંગેનાં જુદાં જુદાં મંતવ્યો રાખવા દેવાં
- સંપર્કની ગોઠવણો વિશે વિચારશીલ રહેવું
- સંપર્કની ગોઠવણો કરવામાં મોડું ન કરવું
- બાળકોને ખબર હોય કે તેમણે શેની અપેક્ષા રાખવી અને તેમાં અચાનક કોઈ ફેરફારો કરવામાં ન આવે તેની તેની ખાતરી કરવી સિવાય કે તે અનિવાર્ય હોય.

શું માતા કે પિતા બેમાંથી કોઈ એક વધારે અગત્યનું હોય છે?

માતા અને પિતા બંને સાથે બાળકના સંબંધની ગુણવત્તા ખૂબ જ અગત્યની બાબત છે, પછી તે માતા હોય કે પિતા. જ્યારે બાળકોના સંબંધો તેમનાં માતા અને પિતા બંને સાથે સારા હોય છે ત્યારે તેઓ સૌથી સારું કરી શકે છે.

બાળકો માટે માતા અને પિતા બંનેની અગત્યતા એક સરખી જ હોય છે, પરંતુ પુખ્ત વ્યક્તિઓની જેમ બાળકોને પણ ક્યારેક બેમાંથી એક સાથે વધારે નજીકના સંબંધની લાગણી થાય છે. આવી પસંદગીઓ ઘણી વાર બાળકોની ઉંમર અને સંજોગો બદલાતાં બદલાય છે.

માતા અને પિતા વચ્ચે કોણ જીતે છે અને કોણ હારે છે તેના સંદર્ભમાં ઝઘડો હોવાનું સહેલાઈથી જોઈ શકાય છે. કુટુંબમાં ભંગાણ પડવા વિશે અખબારોમાં, ટીવી ઉપર કે ઝૂંબેશ કરતાં જૂથો દ્વારા જે કહેવામાં આવે છે તેનો પણ લોકો જેવી રીતે વિચારતાં હોય તેના ઉપર પ્રભાવ પડી શકે છે. આ દ્રષ્ટિબિંદુઓ ઘણી વાર સામાન્ય એકંદર મંતવ્યો હોય છે અને તે હંમેશાં સમતોલિત હોતાં નથી.

કેટલાક પિતાઓ માને છે કે સી.એ.એફ.સી.એ.એસ.એસ. CAF/CASS અને કોર્ટ્સ માતાઓની તરફેણમાં રહીને તેમના પ્રતિ પક્ષપાત કરે છે. કેટલીક માતાઓ પણ એટલી જ સખતાઈથી માને છે કે કોર્ટ્સ અને વ્યવસાયિકો પિતાઓની તરફેણ કરે છે. માતાઓ અને પિતાઓ એમ પણ માની શકે છે કે સી.એ.એફ.સી.એ.એસ.એસ. CAF/CASSનાં પ્રેક્ટિશનરો દરેક બાળક²ના સંજોગો અને જરૂરતોની આકારણી કરવાને બદલે સંપર્કની કાર્યવાહી દરેક કેસમાં એક જ સરખી રીતે હાથ ધરે છે.

આપણે બધાં જ અલગ અલગ છીએ. કુટુંબનું દરેક સભ્ય જુદી રીતે બાળકની સંભાળ રાખતું હોઈ શકે અને બધાં પિતાઓ અને માતાઓની બાળકોની દેખભાળ રાખવાની રીત જુદી જુદી હોઈ શકે છે. આ બધી જ વિવિધતાઓનો બાળકોને ફાયદો મળે છે અને વ્યવસાયિકોએ ઘણા લાંબા સમયથી બાળકની દેખભાળ³ રાખવામાં પિતાઓ અને માતાઓની અગત્યતા એકસમાન હોવાનું સ્વીકાર્યું છે. તાજેતરનાં સંશોધનોમાં પણ દેખાયું છે કે જ્યારે બાળક રડે છે ત્યારે પિતા અને માતાને એક જ સરખી રીતે ચિંતા થાય છે અને તેઓ બંને બાળકની જરૂરતોનો સરખી જ અસરકારકતાથી⁴ પ્રતિસાદ આપી શકે છે.

સમગ્ર રીતે, આજ કાલ પિતાના પ્રેમની અગત્યતા વિશે હવે વધારે જાગૃતિ ફેલાવા માંડી છે અને ભૂતકાળ કરતાં અત્યારના જમાનામાં ઘણા પિતા તેમના બાળકોનાં જીવનમાં ઘણી મોટી ભૂમિકા ભજવી રહ્યા છે. આ બાળકો અને તેમનાં કુટુંબો માટે ઘણું હકારાત્મક અને આરોગ્યપ્રદ છે અને તેને પ્રોત્સાહન આપવામાં આવવું જોઈએ.

² A Buchanan, J Hunt, H Bretherton and V Bream : “Families in Conflict, Perspectives of Children on the Family Court Welfare Service”. (2001), Nuffield Foundation, Policy Press

³ Professor Michael Rutter: “Maternal Deprivation Reassessed” (1972. Penguin Education

⁴ C Lewis and J Warin: “What Good are Dads?” (2001), Fathers Direct, NFPI, “Working with Men”, Newpin

કેટલી વાર સંપર્ક (કોન્ટેક્ટ) કરવાનું સૌથી સારું છે?

સંપર્ક (કોન્ટેક્ટ) એટલે ફક્ત માતાપિતાઓ અને કુટુંબનાં સભ્યો વચ્ચે બાળકો માટે સમય ફાળવવો એટલું જ નથી. અમારું માનવું છે કે સંપર્કને “બાળકો માટેના સમય” તરીકે વિચારવાનું વધારે મદદરૂપ રહે છે, અને તેમાં તે સમય કેટલી સારી રીતે પસાર કરવામાં આવે છે તેના પર એટલે કે સમયની ગુણવત્તા પર ભાર મૂકવામાં આવવો જોઈએ. તમારું ધ્યાન તમારાથી બને તેટલી સારી રીતે તમારાં બાળકોની જરૂરતો પૂરી કરવા ઉપર કેન્દ્રિત હોવું જોઈએ, જેથી તેમની યોગ્ય દેખભાળ રાખવામાં આવે અને તમારી સાથે તેમણે વિતાવેલા સમયની તેઓ કદર કરે તેની ખાતરી થાય.

આ ખૂબ જ અગત્યનું છે અને આ બાબત ઉપર ધ્યાન આપ્યા વગર, તમારાં બાળકો સાથે સંપર્ક રાખવાથી તેમને કદાચ બહુ ફાયદો નહિ મળે⁵.

⁵ J Hunt and C Roberts: “Child contact with non-resident parents”, Family Policy Briefings 3 (2004). Department of Social Policy and Social Work, University of Oxford

તમારું બાળક તમારી સાથે જે સમય વિતાવે તે મૂલ્યવાન અને સારામાં સારી રીતે વીતે તેની ખાતરી કરવા માટે માતા કે પિતાએ અથવા કેરરે સુપરવુમન કે સુપરમેન બનવાની જરૂર નથી. સંશોધનકારો અને બાળકો પોતે અમને કહે છે કે ‘સારામાં સારો (ગુણવત્તાવાળો) સમય’ એટલે કે બાળકોને હૂંફભરી, હકારાત્મક અને હકપૂર્વક આપવામાં આવતી સંભાળ જેનાથી માતાપિતા અને કેરરો સાથે તેમના અગત્યના સંબંધો બંધાય અને જળવાઈ રહે.⁶ આ ‘સારામાં સારું’ એટલે શું અને તેમના માટે શું મૂલ્યવાન છે તે બાળકો જ આપણને સૌથી ઉત્તમ રીતે કહી શકે છે.

છથી અગિયાર વર્ષની ઉંમરનાં 2000 બાળકોના તેમના પિતા⁷ સાથેના સંપર્ક વિશેના એક સર્વેક્ષણમાં જોવા મળ્યું હતું કે તેમના વિચાર મુજબ સંપર્કનો સારો સમય એટલે:

- પિતા તેમના સ્કૂલ જીવનમાં રસ દાખવે
- ખાવાનું બનાવવું
- તેમની સાથે બેસીને ટીવી જોવું
- ફૂટબોલ રમવો
- તેમને વાર્તા વાંચી સંભળાવવી
- સાથે શોપિંગ કરવા જવું અને
- તેમના ખરાબ સમયમાં મદદ કરવી.

એક બાળકે પિતા સાથે ‘એમ જ સમય પસાર કરવો’ કહ્યું હતું, બીજાએ કહ્યું હતું કે તેના પિતા ‘તેને પ્રેમ કરે છે’. તેમના માટે સંપર્ક કરવો એટલે મોંઘાં રમકડાં ખરીદવાં, બાઈક કે કમ્પ્યુટર ખરીદવાં અને રજાઓમાં ફરવા જવું એટલું જ નહોતું, પરંતુ તેમના પિતા કે માતા સાથે સંબંધ રાખવા અને તેઓ ‘તેમનું ધ્યાન રાખે’ તે પણ અગત્યનું હતું. બાળકોને આ જ જોઈએ છે અને સંપર્કનો સારામાં સારો સમય એટલે અમે આ જ કહેવા માગીએ છીએ.

અહીં ગુણવત્તા વિશે એક કડક સંદેશો આપવામાં આવ્યો છે. જો તમે કૌટુંબિક ભંગાણના દુખમાંથી પસાર થયાં હો, તો સામેના પક્ષના માતા કે પિતા કે કેરર સાથે સહકાર કરવાનું કે બાળકની સંભાળ રાખવાના તેમના હિસ્સાના કામનું માન રાખવાનું ઘણું મુશ્કેલ બની શકે છે. સંપર્ક ખરેખર સફળ થાય તે માટે, માતાપિતા વચ્ચે કેટલોક સહકાર જરૂરી છે અને તમારે પણ સામેના પક્ષના માતા કે પિતા અને કુટુંબનાં સભ્યોને પ્રેમ અને માન આપવાનું બાળકોને અઘરું ન લાગે તેમ પ્રોત્સાહિત કરવાં જોઈએ. જ્યારે કોર્ટ્સ પણ ઓર્ડરો કરે છે ત્યારે, જો પુખ્ત લોકો વચ્ચે કેટલોક સહકાર અને માન હોય તો જ બાળકો માટે તે ઓર્ડરો સફળ નીવડી શકે છે.

⁶ See discussion on attachment in: J B Kelly and M Lamb “Using Child Development Research to make appropriate Custody and Access Decisions for Young Children”, Family and Conciliation Courts Review (Vol 38 No 3, July 2000 pp 297-311) Sage Publications Inc, USA

⁷ Fathers Direct, DIES & Children in Wales, “Day With Dad”, FatherWork (Vol3 No 1, Summer 2004)

તમારા બાળકને અનુકૂળ આવે તેવી રીતે યોજનાઓ બનાવવી

દરેક કુટુંબ જુદું જુદું હોય છે અને દરેક બાળક પણ. દરેક બાળક માટેની યોજનામાં તમારા બાળકની જરૂરતો અને તમારા કૌટુંબિક સંજોગો વિશે ધ્યાનપૂર્વક વિચાર કર્યા પછી નિર્ણય લેવાની જરૂર હોય છે.

વિચારવા જેવા કેટલાક મુદ્દાઓ આ રહ્યા:

- સમયની ગોઠવણ કેવી રીતે કરી શકાય તે વિચારો જેથી તમારાં બાળકો તેમના બાંધેલા સંબંધો સાચવી શકે. તે ઉપરાંત, તેમને તમારા તરફથી અને તેમના અલગ રહેતા માતા કે પિતા એમ બંને તરફથી તેમજ કુટુંબનાં અગત્યનાં સભ્યો તરફથી ભવિષ્યમાં સર્વોત્તમ ગુણવત્તાની દેખભાળ અને સંભાળ કેવી રીતે મળી શકે તેનો પણ વિચાર કરો. આનો અર્થ એ થાય કે રાતે રોકાણ કરવું અને માતા કે પિતા દરેકે બાળકો સાથે રજાઓ વિતાવવી અને બહારના પ્રવાસોએ જવું.
- ત્રણ વર્ષથી નાનાં બાળકોને સંપર્ક રાખવાનું કદાચ મોટાં બાળકો કરતાં વધારે અઘરું લાગી શકે, આથી આ ઉંમરનાં બાળકો માટેની ગોઠવણ કરતી વખતે ખાસ કરીને સંવેદનશીલતા અને સંભાળ રાખવાની જરૂર હોય છે.
- હાલમાં માતા અને પિતા બંને સાથે કે કેરર સાથે તમારા બાળકના સંબંધો કેવા પ્રકારના છે અને ભવિષ્યમાં તે સંબંધો કેવી રીતે વિકસવાની શક્યતા છે તેને પણ ધ્યાનમાં લેવું જોઈએ. ભૂતકાળમાં તમે કદાચ ઈચ્છતાં હો તેના કરતાં બાળકો સાથે ઓછો સમય વીતાવી શક્યાં હશે, કદાચ તમારી રહેવાની ગોઠવણ કે કામને કારણે. તમને કદાચ સંપર્ક રાખવા અંગે ચિંતા હશે અને ટેકાની જરૂરત હશે. તમે કદાચ બીજા માતા કે પિતા સાથે ક્યારેય નહિ રહ્યાં હો, આથી સંપર્ક કરવાની કદાચ બાળક સાથે સંબંધ જાળવવાને બદલે સંબંધ બાંધવાની જ શરૂઆત હોઈ શકે.
- કૌટુંબિક ભંગાણ થતાં પહેલાંના બાળકોના નિયતક્રમ અને પ્રવૃત્તિઓનો વિચાર કરો અને શક્ય તેટલું તેને ચાલુ રાખવાનો પ્રયત્ન કરો. આનાથી બાળકોને હૈયાધારણ મળશે અને કશુંક ગુમાવ્યું હોવાની લાગણી ઓછી થશે. યાદ રાખો કે બાળકોને તેમનાં માતા કે પિતા કે કેરર તરફથી પહેલાં મળતું હોય તેના કરતાં વધારે ધ્યાન મળવાથી પણ ફાયદો થઈ શકે છે.
- જુદા પડ્યા પછી, તમે કદાચ બીજાં કુટુંબીજનોની નજીકમાં ન રહેતાં હો અને તમારું રહેઠાણ રાતના રોકાણ માટે કદાચ યોગ્ય ન પણ હોય. બાળક સાથે કેવો સંપર્ક રાખવો તે નક્કી કરવામાં તમારી પાસેની વાહનવ્યવસ્થા, મુસાફરીનો ખર્ચ અને જાહેર વાહનો કેટલાં મળી શકે છે તે બધી બાબતો પણ ઘણું મોટું પરિબલ છે.
- તમારી દેખભાળની યોજના તમારા બાળકોના ફાયદા માટે જ હોવી જોઈએ અને માતાપિતા વચ્ચે સમયની વહેંચણી કરવા માટે નહિ. જો તમે તમારાં બાળકોની જરૂરતો પર ધ્યાન કેન્દ્રિત નહિ કરો, તો તેમને કદાચ તેઓ પોતે એક ઘરથી બીજા ઘરની વચ્ચે આપ-લે કરવામાં આવતા સામાન હોવા જેવું અનુભવશે.
- તમારાં બાળકોની ઈચ્છાઓને ધ્યાનમાં લેવાની જરૂરી છે. મોટાં બાળકોને મિત્રો હોય છે જેમની સાથે તેઓ મિત્રતા ચાલુ રાખવા માગે છે અને તેમના માટે અગત્યના હોય તેવા તેમના શોખ પણ હોય છે. તેમને દેખભાળની એવી યોજના જોઈશે જેનાથી તેમની આ સામાજિક પ્રવૃત્તિઓ ચાલુ રહી શકે.
- બાળકો જુદી જુદી ઝડપે મોટાં થાય છે આથી તમારું બાળક પણ તેની ઉંમરનાં બીજાં બાળકો માટેની ગોઠવણો જેવી જ ગોઠવણોમાં ગોઠવાઈ શકશે એવી અપેક્ષા ન રાખશો. કેટલાંક બાળકોમાં વધારે આત્મવિશ્વાસ હોય છે અને તેઓ સ્વતંત્ર હોય છે, બીજાં શરમાળ અને માતા કે પિતાને વળગી રહે તેવાં હોય છે. નાનાં બાળકોને તેઓ સામાન્ય રીતે જે જગ્યાને ઘર તરીકે જોતાં હોય તેનાથી દૂર રહેવા માટે તેઓ તણાવમાં ન આવી જાય તેવી રીતે ઘણી વધારે હિંમત આપવાની જરૂર પડે છે. નાનાં બાળકો સામાન્ય રીતે વધારે વાર પણ ટૂંકા સમય માટે કરવામાં આવતા સંપર્કમાં સૌથી સારી રીતે ગોઠવાઈ શકે છે, મોટાં બાળકો ઓછી વાર પણ વધારે લાંબા સમય માટેનો સંપર્ક પસંદ કરે એવું બની શકે.
- બાંધણી કરતાં રહો અને સમય અનુસાર તમારી દેખભાળની યોજનામાં ફેરફાર કરો. બાળકો જેમ મોટાં થતાં જાય છે તેમ તેમની જરૂરતો અને સંજોગો પણ બદલાશે અને તમારા પણ.
- જો કુટુંબમાં કોઈ પ્રકારની હિંસા, દારુ કે ડ્રગ્સનો દુરુપયોગ કે માનસિક બીમારી હોય, તો દેખભાળની યોજનામાં આ બધી જ બાબતોને ધ્યાનમાં લેવાની જરૂર પડશે જેથી તમારાં બાળકોની સલામતીની ખાતરી કરી શકાય. સંપર્ક રાખવાથી બાળકોને ફાયદો અપાવવા માટે બાળકો સલામત હોવાં અને સલામતીની લાગણી અનુભવતાં હોય તે તદ્દન જરૂરી છે. ક્યારેક બાળકને નુક્સાન થવાનું જોખમ સંપર્કના સંભવિત ફાયદા કરતાં ઘણું જ વધારે હોય છે અને તેથી જરા પણ સંપર્ક નહિ રાખવાનું અથવા જ્યાં બાળક અને સંભવતઃ માતા કે પિતા પરનું જોખમ ઓછામાં ઓછું રહે એવી જગ્યાએ સંપર્ક કરવાનું કદાચ ઉત્તમ હોઈ શકે.

છૂટા પડ્યા પછી 90% કુટુંબો બાળકોના સંપર્ક માટેની તેમની પોતાની ગોઠવણો નક્કી કરી લે છે અને કોર્ટને તેમાં સંડોવતાં નથી અને આ જ રીતે દેખભાળ માટેની યોજનાઓ પણ નક્કી કરવાથી તે સારી રીતે કામ કરવાની સર્વોત્તમ સંભાવના છે. જો તમે સહમતી ન કરી શકો, તો કોઈ વ્યવસાયિકની મદદ લેવાનો વિચાર સારો છે. કોર્ટમાં અરજી કરતાં પહેલાં તમારે પ્રથમ મીડિયેશનનો વિચાર કરવો જોઈએ, આ એક ખાનગી સેવા છે જેમાં મીડિયેટરો (મધ્યસ્થીઓ) તમને તમારા પોતાના નિર્ણયો લેવામાં મદદ કરી શકે છે. (પાન 16 ઉપર સલાહ અને ટેકો જુઓ). સરકારની 'પેરેન્ટીંગ પ્લાન્સ' નામની પુસ્તિકાથી પણ કદાચ મદદ થઈ શકે (તેનું છાપેલું સ્વરૂપ આ વેબસાઈટ પરના માહિતી વિભાગમાંથી મેળવી શકાય છે www.cafcass.gov.uk)

શું સંપર્ક રાખવાનું બાળકો માટે હંમેશાં સારું છે?

સારી રીતે સંપર્ક રાખવામાં આવતો હોવાથી બાળકોને એ ખબર પડી શકે છે કે તેમનાં કુટુંબીજનો તેમની કદર કરે છે અને તેમને પ્રેમ કરે છે અને તેના લીધે તેઓ એક આનંદપ્રદ અને સફળ જીવન જીવી શકે છે.

જ્યારે બાળકો પર કોઈ નુકસાન થવાનું જોખમ હોય અથવા સારી રીતે તેમનો સંપર્ક રાખવામાં ન આવતો હોય ત્યારે તેમનાં જીવન ઘણાં મુશ્કેલ અને દુઃખી બની શકે છે અને આનાથી તેમને નુકસાન થઈ શકે છે.

કુટુંબમાં ભંગાણ પડે ત્યારે જો નીચેની બાબતો હોય તો બાળકો સૌથી સારું કરી શકે છે:

- માતા અને પિતા વચ્ચે ઝઘડો ઓછો થાય અને જો ઝઘડો થાય જ તો તેનો સામનો કેવી રીતે કરવો તે બાળકો શીખી શકે
- તેમનાં માતા અને પિતા બંને અથવા કેરો તરફથી તેમને પ્રેમાળ, હકારાત્મક અને હકપૂર્વકની દેખભાળ મળી રહે
- માતા અને પિતા બંને અથવા કેરો એકબીજાંને ટેકો આપે અને બાળકોની સામે એકબીજાંની ટીકા ન કરે અથવા એકબીજાંને ધમકીઓ ન આપે
- ગોઠવણો વિશે માતાપિતા બાળકો સાથે વાતચીત કરે
- બાળકો નજીકનાં કુટુંબીજનો સાથે તેમના અગત્યના સંબંધો જાળવી રાખે
- બાળકો નાણાંકીય સુરક્ષા હોય તેવી પરિસ્થિતિમાં જીવે.

કુટુંબમાં ભંગાણ પડ્યા પછી આવી પરિસ્થિતિઓ પ્રાપ્ત કરવાનું ઘણાં માતાપિતાઓને મુશ્કેલ લાગે છે, પરંતુ તમારાં બાળકોના ફાયદા માટે સમય જતાં તે પ્રાપ્ત કરવા માટે કામગીરી કરવાનું લક્ષ્ય રાખવું જોઈએ.

કોર્ટમાં જતાં 10% કુટુંબો સામાન્ય રીતે તેમને સતત ગંભીર સમસ્યાઓ નડી રહી હોવાને કારણે એવું કરે છે. તેમના કૌટુંબિક જીવનની ગુણવત્તા હોવી જોઈએ તેના કરતાં ઓછી હોય છે. આમાંનાં અડધાં જેટલાં કુટુંબોમાં બાળકો જે માતા કે પિતાની સાથે ન રહેતાં હોય તેમને મળતાં નથી. અડધાં જેટલાં કુટુંબોમાં ઘણા મોટા પ્રમાણમાં માનસિક તણાવ હોવાનું પણ જણાવવામાં આવ્યું છે. આમાંનાં ઘણાં કુટુંબોને ઝઘડાનો ઉકેલ લાવતી સેવા ખરેખર મદદ કરી શકે છે.

એક વાર બાળકનો સંપર્ક કરવાની ગોઠવણ સારી રીતે કામ કરવા લાગે, એટલે સામાન્ય રીતે ચાલુ રહે છે, જો કે તેને જાળવવામાં અને તે સહેલાઈથી ચાલુ રહે તે માટે થોડું ધ્યાન જરૂર આપવું પડે છે. જ્યારે સંપર્ક બહુ સારી રીતે કરવામાં ન આવતો હોય, તો તેમાં હંમેશાં સમસ્યાઓ નડે છે, ખાસ કરીને બાળકો માટે. સારી રીતે સંપર્કની ગોઠવણની શરૂઆત કરવાનું અને તે કામ કરવાનું ચાલુ રહે તેની સંભાવનાઓ સુધારવાનું અમે ધ્યેય રાખીએ છીએ.

જ્યારે સંપર્કની ગોઠવણો કામ ન કરે ત્યારે

ઘણાં કુટુંબોના ઈન્ટરવ્યૂ કર્યા પછી, સંશોધનકારોએ નીચેનાં લક્ષણો ઓળખ્યાં છે જેના કારણે સંપર્કની ગોઠવણો કામ કરતી અટકી શકે છે⁸:

- તે ગોઠવણોને કારણે બાળક અને/અથવા બીજાં લોકો ઉપર શારીરિક અથવા માનસિક નુકસાન થવાનું સતત જોખમ રહેતું હોય
- કુટુંબનાં બધાં જ સભ્યો સંપર્કની ગોઠવણો કામ કરે તે માટે નિષ્ઠપૂર્વક પ્રયત્ન કરતાં નથી
- કુટુંબનું ઓછામાં ઓછું એક સભ્ય હાલની ગોઠવણોમાં મહત્વના ફેરફાર કરવાનો પ્રયત્ન કરે છે - જેથી સંપર્કમાં સંકળાયેલાં અમુક અથવા બધાં જ લોકો માટે તે ખરાબ અનુભવ અને વિવાદનું કારણ બની રહે.

જ્યારે સંપર્કની ગોઠવણ કામ કરતી નથી, ત્યારે તેનાથી બાળકોને નુકસાન થઈ શકે છે અને આ વિશે કેટલાક અગત્યના સંદેશા છે:

સંપર્કનો ગેરવાજબી રીતે વિરોધ કરવો

જ્યારે બાળક સાથે રહેતા માતા કે પિતા કોઈ વાજબી કારણ વગર સંપર્કનો સખત રીતે વિરોધ કર્યા કરે ત્યારે બાળકોને તેનાથી નુકસાન થઈ શકે છે (આને વ્યવસાયિકો ‘કઠોર હૃદયની દુશ્મનાવટ’ તરીકે ઓળખાવે છે). આવી પરિસ્થિતિઓમાં બાળકોની રહેવાની પરિસ્થિતિ બદલીને છેવટે સામેના પક્ષના પિતા કે માતા સાથે તેમની રહેવાની ગોઠવણ કરવાનું સર્વોત્તમ રહે છે.

⁸ L Trinder, M Beek, J Connolly (2002) “Making Contact: How parents and children negotiate and experience contact after divorce” (2002), Joseph Rowntree Foundation

માતા અને પિતા વચ્ચેનો ઝઘડો

કુટુંબમાં ભંગાણ પડી રહ્યું હોય ત્યારે ગુસ્સો આવવો કે દુખની લાગણી થવી સ્વભાવિક છે. ગુસ્સાની લાગણીથી લોકોને છૂટા પડવા સાથે જોડાયેલી તણાવભરેલી ભાવનાઓમાંથી પસાર થવામાં મદદ થઈ શકે છે અને તેઓ એ હાલતે પહોંચે છે જ્યાં તેઓ પરિસ્થિતિનો બહેતર સામનો કરી શકે છે, આથી તે સારું પણ હોઈ શકે છે. પરંતુ એ વાત ખ્યાલમાં રાખવી કે જ્યારે બાળકોની સામે લડાઈ ઝઘડા થતા હોય અથવા તેમનાથી તે છૂપાવવાનો પ્રયત્ન કરવામાં આવી રહ્યો હોય ત્યારે તેમને ખબર પડી જશે કે માતા કે પિતાને કેવું લાગી રહ્યું છે અને તેઓ પણ દુખી થઈ જશે અને તેમના સંપર્કનો આનંદ માણી નહિ શકે. જો ગુસ્સો સતત ચાલુ રહે, હંમેશાં બાળકોની હાજરીમાં ગુસ્સો કરવામાં આવે અને તેમાં તેમને પણ સંડોવવામાં આવે તો તે બાળકો માટે ઘણું જ નુકસાનકારક અને તણાવભર્યું નીવડી શકે છે અને તેનાથી બાળકોને ઘણા મોટા પ્રમાણમાં માનસિક નુકસાન થઈ શકે છે.

“સંશોધનોમાંથી એકધાર્યો સતત સંદેશો એ મળે છે કે બાળકો ઉપર માતાપિતા છૂટા પડવાને લીધે થતી અસરો કરતાં, માતાપિતા વચ્ચે ચાલતા સતત અને ગંભીર ઝઘડાઓની વધારે અસર પડે છે...”⁹

કોઈ પણ પ્રકારની હેરાનગતી

જાણીને આઘાત લાગે એટલી મોટી સંખ્યાનાં બાળકો ઉપર તેમનાં કુટુંબના કોઈ સભ્ય દ્વારા જાતીય, શારીરિક કે લાગણીશીલ હેરાનગતી થવાનું જોખમ પણ રહેલું હોઈ શકે છે. છૂટા પડેલાં માતા અને પિતાઓ અને જેમના માટે વેલફેર રીપોર્ટો બનાવવામાં આવ્યા હોય તે બાળકોના સંશોધન માટે કરવામાં આવેલા ઈન્ટરવ્યૂઓમાં દેખાયું છે કે 78% કિસ્સાઓમાં માતા અને પિતા બંનેએ અથવા બેમાંથી કોઈ એકે આ બાબતનો ડર વ્યક્ત કર્યો હતો અને 56%એ શારીરિક મારપીટ થતી હોવાનું જણાવ્યું હતું.¹⁰ નેશનલ અસોસિએશન ઓફ પ્રોબેશન ઓફિસરો દ્વારા કરવામાં આવેલા વેલફેર રીપોર્ટોના એક સર્વેમાં મોટેભાગે આ જ પ્રકારનાં પરિણામો જાણવા મળ્યાં હતાં.¹¹

કુટુંબમાં થતી કોઈ પણ પ્રકારની હેરાનગતીથી બાળકોને નુકસાન થઈ શકે છે. 1994માં કરવામાં આવેલા એક અભ્યાસમાં મારપીટ થતી જોનારાં બાળકો ઉપર થોડા સમય માટે પડતી અસરો જણાવવામાં આવી હતી: તેઓ ભયભીત, અતડાં, ચિંતાતૂર, આક્રમક, મૂંઝાયેલાં બની જાય છે, તેઓ બરાબર ઊંઘી શકતાં નથી, સ્કૂલમાં તકલીફો પડે છે અને તેઓ આસાનીથી મિત્રો બનાવી શકતાં નથી. લાંબા ગાળે, યુવાન લોકોને પોતે જોયેલી હિંસાની ઝાંખી યાદગીરીઓ હોય છે અને તેના કારણે તેમનામાં આત્મવિશ્વાસ અને સામાજિક આવડતોનો અભાવ હોય છે, પોતાની જાત પર ભરોસો રાખી શકતાં નથી, હિંસક વર્તન કરે છે, ડિપ્રેશનનો અને બીજાંની ધાકધમકીઓનો ભોગ બને છે.¹² આની સ્વીકૃતિમાં, ચિલ્ડ્રન એક્ટ 1989માં આપવામાં આવેલી નુકસાનની વ્યાખ્યામાં હવે નીચેનાનો સમાવેશ કરવામાં આવ્યો છે:

“... બીજી વ્યક્તિ સાથે કરવામાં આવતો ખરાબ વ્યવહાર જોવાથી કે સાંભળવાથી થયેલું નુકસાન.”¹³

⁹ C Lucey, C Sturge, L Fellow-Smith, P Reder: “What contact arrangements are best for a child?” from “Studies in the Assessment of Parenting” (2003) ed.: P Reder, S Duncan, C Lucey, Brunner-Routledge

¹⁰ A Buchanan, J Hunt, Bretherton H and Bream V (2001) “Families in Conflict, Perspectives of Children on the Family Court Welfare Service”, Nuffield Foundation, Policy Press

¹¹ NAPO (2002) “Contact, Separation and the Work of Family Court Staff”, a briefing from NAPO the Trade Union and Professional Association for Family Court and Probation Staff

¹² NCH Action for Children “The Hidden Victims: Children and Domestic Violence” (1994). London

¹³ અડોપ્શન એન્ડ ચિલ્ડ્રન એક્ટ 2002ની કલમ 120

જો કુટુંબમાં હિસા (કે મારપીટ) અથવા હેરાનગતી થતી હોય તો તેનો આપમેળે અર્થ એવો નથી કે બાળકોએ તે હિંસક કે હેરાનગતી કરતી વ્યક્તિ સાથે કોઈ સંપર્ક ન રાખવો જોઈએ, પરંતુ તેનો અર્થ ખરેખર એવો થાય છે કે તેવા કિસ્સામાં જોખમનું મૂલ્યાંકન વ્યવસાયિક દ્વારા કરવામાં આવવું જોઈએ. જો સંપર્ક કરવાનું બાળકના સર્વોત્તમ હિતમાં હોય, તો તેની દેખભાળની યોજનામાં તે જોખમ કેટલું છે અને તેને કેવી રીતે નિયંત્રણમાં રાખવું તેની પદ્ધતિઓનો પણ સમાવેશ કરવો જ જોઈએ, જેથી બાળક સલામત રહે.

ચાઈલ્ડ કોન્ટેક્ટ સેન્ટરો

જ્યાં સલામતીની બાબતોને ધ્યાનમાં લેવાની જરૂર હોય તેવા કિસ્સામાં અથવા માતાપિતાઓ અને કેરરો વચ્ચે વિશ્વાસ અને ભરોસો બાંધવામાં મદદ કરવા માટે ચાઈલ્ડ કોન્ટેક્ટ સેન્ટરો મદદ કરી શકે છે. જ્યારે કુટુંબીજનોને બીજી વૈકલ્પિક યોજનાઓ નક્કી કરવામાં સમયની જરૂર હોય ત્યારે અથવા સંબંધો વિકસવામાં થોડા સમયની અને ટેકાની જરૂર હોય ત્યારે પણ તેઓ મદદ કરી શકે છે. આ સેન્ટરોનો ઉપયોગ મોટેભાગે ટૂંકા સમય માટે કરવામાં આવે છે.

આ સેન્ટરો બે પ્રકારનાં હોય છે: ‘સહાયક’ સેન્ટરો, જ્યાં બાળકો ઉપર કોઈ પ્રકારનું જોખમ ન હોય અથવા થોડું જોખમ રહેલું હોય; અને ‘દેખરેખ સાથેનાં’ સેન્ટરો, જે સંપર્કમાં કદાચ કોઈ પ્રકારનું જોખમ સંકળાયેલું હોય તેમના માટે. દેખરેખ સાથેનાં સેન્ટરોમાં સામાન્ય રીતે લાયકાતપ્રાપ્ત સોશિયલ વર્કરો ત્યાંનાં કર્મચારીઓ તરીકે કામ કરતા હોય છે અને મુલાકાતો ઉપર વ્યક્તિગત કર્મચારી સભ્ય દ્વારા દેખરેખ રાખવામાં આવે છે.

તમે જોશો કે ચાઈલ્ડ કોન્ટેક્ટ સેન્ટરનાં કર્મચારીઓ સમજદાર અને મદદરૂપ હોય છે, પરંતુ જો તમે ચાઈલ્ડ કોન્ટેક્ટ સેન્ટરનો ઉપયોગ કરતાં હો, તો ખાતરી કરો કે ત્યાં “સહાયક” અથવા “દેખરેખ સાથેની” સેવા આપવામાં આવે છે, અને તમારા બાળકને જેટલા પ્રમાણમાં સેવાની જરૂર હોય તે મળી રહેતી હોય. જો શક્ય હોય, તો તમારો સંપર્ક શરૂ થાય તે પહેલાં તમે સેન્ટરનો પરિચય કરવા માટે એક મુલાકાત લઈ આવવાનો પ્રયત્ન કરો.

જ્યારે પણ શક્ય હોય ત્યારે, કુટુંબની અંદર જ જો સંપર્ક કરવામાં આવે તો તે સૌથી સારું રહે છે. ચાઈલ્ડ કોન્ટેક્ટ સેન્ટરો સામાન્ય રીતે ફક્ત થોડા સમય માટે જ મળી શકે છે અને દેખરેખ સાથેનાં સેન્ટરો મોંઘાં પડી શકે છે અને કેટલીકવાર તે વાપરવામાં પણ અગવડ પડે છે. તેમનો અયોગ્ય ઉપયોગ કરવાનું બાળકો માટે સારું નથી.

મારે બાળકોને શું કહેવું?

તમે જે ગોઠવણો કરવાનું વિચારી રહ્યાં હો તેની તમારાં બાળકો સાથે ચર્ચા કરો તે અગત્યનું છે. સામાન્ય રીતે બાળકો એવું ઈચ્છતાં હોય છે કે તેમને પણ પૂછવામાં આવે અને પુખ્ત સભ્યોએ લીધેલા નિર્ણયો માટે તેઓ જવાબદાર હોવાની લાગણી તેમને કરાવ્યા વગર કૌટુંબિક ગોઠવણો માટેના તેમના જીવનને અસર કરતા નિર્ણયો લેવામાં તેમને પણ સાંકળવામાં આવે.

યાદ રાખો કે બાળકો ખરેખર જે કરવા માગતાં હોય તે કરવાનું તેમના માટે મુશ્કેલ બની શકે છે, કારણ કે તેઓ માતા કે પિતા બેમાંથી એકેયને દુખી કરવા માગતાં નથી. તેમની સાથે તમે વાત કરો તે જેટલું અગત્યનું છે તેટલું જ તેમની વાત સાંભળવાનું પણ અગત્યનું છે.

“જો આપણે એવી ધારણા છોડી દઈએ કે બાળકો નુકસાની પામેલો સામાન છે જેને સુરક્ષાની જરૂર છે, તો બાળકો પાસેથી આપણે કદાચ છૂટાછેડા વિશે ઘણું શીખી શકીએ તેમ છીએ.”¹⁴

તમારાં બાળકોને કદાચ તેમનાં મંતવ્યો અને લાગણીઓ વિશે વાત કરવામાં તકલીફ પડતી હોય એવું બને અને તેમની સાથે સંવેદનશીલતા અને સંભાળપૂર્વક વાત કરવાની જરૂર હોઈ શકે. જો તેઓ તેમનાં મંતવ્યો આપવા માગતાં હોય, તો તમારે તેમને બોલવાની છૂટ આપવી જોઈએ, તેમની વાત સાંભળીને તેમના સવાલોના ધ્યાનપૂર્વક જવાબ આપવા જોઈએ. આ ફક્ત બાળકોને શું કહેવું તેના વિશે જ નથી, આ તેમની વાત સાંભળવા વિશે પણ છે.

બાળકો સાથે વાત કરતી વખતે કેટલીક બાબતોનું ધ્યાન રાખવાની જરૂર છે. જ્યારે તેઓ માતા કે પિતા બેમાંથી કોઈની ટીકા કરે ત્યારે ઘણી વાર એવું માની લેવામાં આવે છે કે સામેના પક્ષના માતા કે પિતાએ તેમના પર નકારાત્મક પ્રભાવ પાડેલો છે; આ કદાચ સાચું ન હોઈ શકે. તમારે એ વાતનું પણ ધ્યાન રાખવું જ જોઈએ કે તમે બાળકોનાં મંતવ્યોમાં તમારા પોતાના વિચારો ઉમેરીને અથવા તેમના પ્રતિ વધારે પડતી સુરક્ષાની ભાવના દર્શાવીને તેમને વરવું સ્વરૂપ ન આપી દો. હંમેશાં તેમની પુખ્તતા તેમજ સમજણના સ્તર મુજબ વાત કરો અને તેમની કદર કરવાનો પ્રયત્ન કરો.

¹⁴ L Tinder, M Beek, J Connolly (2002) “Making Contact: How parents and children negotiate and experience contact after divorce” (2002), Joseph Rowntree Foundation

આ મુદ્દા ધ્યાનમાં રાખો:

- કુટુંબમાં ભંગાણ પડવાથી બાળકોનું જીવન અસ્થિર બની જાય છે અને તેઓ ચિંતિત થઈ જાય છે
- માતાપિતા છૂટા પડ્યાં પછી તેમના તરફથી અને કેરો તરફથી ઓછું ધ્યાન આપવામાં આવતું હોવાથી બાળકોને દુઃખ પહોંચે છે
- બાળકોને જ્યારે જીવનમાં કોઈ મુશ્કેલીઓ પડે છે ત્યારે તેઓ તેમનાં માતાપિતા અને કેરો પાસે જ જાય છે. કુટુંબના ભંગાણમાં, તેમની સમસ્યાઓ ખરેખર માતાપિતાઓને કારણે ઊભી થઈ હોય છે જેઓ તેમના પોતાનામાં જ વ્યસ્ત રહે છે અને તેમનાં બાળકોની જરૂરતો સમજવામાં કે તે પૂરી કરવામાં મુશ્કેલી અનુભવે છે
- છૂટા પડતાં પહેલાં બાળકોને શું કહેવું તે અંગે માતાપિતાઓ મરણિયા થઈને પ્રયત્નો કરે છે અને ઘણી વાર કશું જ સમજાવી શકતાં નથી કે પૂરતી હયાધારણ આપી શકતાં નથી
- ભવિષ્યની અનિશ્ચિતતાથી બાળકોને ચિંતા થઈ શકે છે. શું થશે એવી શક્યતા છે તે તેમને કહેવાનું અને તેમની સાથે તે વિશે વાતચીત કરવી તે માતા કે પિતાની બાળકની દેખભાળ રાખવાની અને તેમને ટેકો આપવાની ભૂમિકાનો એક અગત્યનો ભાગ છે.

તમારાં બાળકો કદાચ ઈચ્છશે કે તમે તેમની સાથે ખુલ્લા દિલે અને પ્રમાણિકતાથી વાત કરો, પરંતુ સંપર્કની બાબત ઉપર થતા ઝઘડાનો તેમને ભોગ ન બનવા દેશો. તમારાં બાળકોને સમજાવો, હિંમત આપો અને ચર્ચા કરો, પણ તેમને એવું ન લાગવા દેશો કે કોઈ પણ નિર્ણયો માટેની જવાબદારી તેમની છે. તે તેમની નહિ તમારી જવાબદારી છે!

તમારાં બાળકો સાથે તેમના પોતાના સમજદારીભર્યા અભિપ્રાયો હોવા તરીકે વ્યવહાર કરો. તેમને કેવી લાગણી થાય છે તે ફક્ત તેઓ જ જાણી શકશે, જો કે તેઓ કદાચ બાબતોને તમારા કરતાં જુદી રીતે જોતાં હશે. બે અથવા વધારે ઘરોનાં લોકો દ્વારા રાખવામાં આવતી તેમની દેખભાળને લીધે થતી કેટલીક સમસ્યાઓના ઉકેલો કદાચ તેમની પાસે હશે. માતાપિતાઓ, સી.એ.એફ.સી.એ.એસ.એસ. CAFCASS, પ્રેક્ટિશનરો અને કોર્ટ્સે પણ તેમની ઈચ્છાઓ અને લાગણીઓને સમજદારી સાથે સાંભળવાની જરૂર પડે છે.

જ્યારે કોર્ટ અમારા કોઈ પ્રેક્ટિશનરને કોઈ સંપર્કનું મૂલ્યાંકન કરવા માટે અથવા કોઈ કુટુંબ સાથે મળીને કામ કરવા માટે કહે છે, ત્યારે તે પ્રેક્ટિશનર લાગતાંવળગતાં બાળકોને મળે છે. જો તેઓ બાબતો સમજી શકે તેટલી ઉંમરનાં હશે, તો તેમની સાથે સંવેદનશીલતાપૂર્વક સંપર્ક વિશે ચર્ચા કરવામાં આવશે અને જો તેઓ પોતાનાં મંતવ્યો જણાવવા ઈચ્છતાં હશે તો તે મેળવવામાં આવશે. તે પછી પ્રેક્ટિશનર તે મંતવ્યો કોર્ટને જણાવશે અને તેને યોગ્ય સૂચનો અને સલાહ આપશે.

“મારે કોની સાથે રહેવું જોઈએ તે નક્કી કરવામાં મારી મદદ કરો”

“તમારી મદદ અને ઉદારતા બદલ ઘણો ઘણો આભાર. મને લાગે છે તેનાથી મમ્મી અને ડેડીને ઘણી મદદ થશે.”

સી.એ.એફ.સી.એ.એસ.એસ. CAFCASS ને આપવામાં આવેલાં બાળકોના અભિપ્રાયો

સલાહ અને ટેકો

એક્શન ફોર પ્રિઝનર્સ ફેમિલિઝ (કેદીઓનાં કુટુંબીજનો માટે કાર્ય) **Action for Prisoners' Families**

કેદીઓનાં કુટુંબીજનો સાથે ન્યાયી વ્યવહારને પ્રોત્સાહન આપે છે. જે કુટુંબનું કોઈ સભ્ય જેલમાં હોય તેમને હેલ્પલાઈન પરથી માહિતી અને સહાય મળી શકે છે. મુલાકાત લેવી અને સંપર્ક રાખવો, બાળકો સાથે વાત કરવી અને જેલની પદ્ધતિ કેવી રીતે કામ કરે છે તે વિશે સલાહ.

વેબસાઈટ: www.prisonersfamilies.org.uk
હેલ્પલાઈન: **0808 8082003**

ચાઈલ્ડલાઈન **ChildLine**

આ મફત હેલ્પલાઈન યુકેમાં રહેતાં બાળકો અને યુવાન લોકો માટે છે.

વેબસાઈટ: www.childline.org.uk
હેલ્પલાઈન: **0800 1111**

ચિલ્ડ્રન એન્ડ ફેમિલિ કોર્ટ એડવાઈઝરી એન્ડ સપોર્ટ સર્વિસ (સી.એ.એફ.સી.એ.એસ.એસ.)

Children and Family Court Advisory and Support Service (CAFCASS)

ઈંગ્લેન્ડ માટેની કાયદેસર સંસ્થા. કોર્ટમાં ચાલતા કૌટુંબિક કેસોમાં બાળકોના હિતોની રક્ષા કરે છે. આ વેબસાઈટ પરથી બળકો, યુવાન લોકો, માતાપિતાઓ માટે માહિતી તેમજ ઓફિસનો સંપર્ક કરવા માટેની વિગતો મળી શકશે.

વેબસાઈટ: www.cafcass.gov.uk
ફોન: **020 7510 7000**
ઈમેઈલ: webenquiries@cafcass.gov.uk

ચાઈલ્ડ સપોર્ટ એજન્સી (સી.એસ.એ.) **Child Support Agency (CSA)**

બાળકો માટેના ભરણપોષણની આકારણી કરવા, તે ઉઘરાવવા અને ચૂકવવા તેમજ તેની અમલબજાવણી કરાવવા માટે જવાબદાર છે.

વેબસાઈટ: www.csa.gov.uk
ફોન: **08457 133 133**

ફેમિલિઝ નીડ ફાધર્સ **Families Need Fathers**

કૌટુંબિક ભંગાણને લગતી બાબતો ઉપર માહિતી અને ટેકો. તેમની પાસે સ્વયંસેવકોનું નેટવર્ક છે અને સ્થાનિક સ્થળોએ નિયમિત સપોર્ટ મીટિંગો કરવામાં આવે છે.

વેબસાઈટ: www.fnf.org.uk
હેલ્પલાઈન: **0870 7607 496**

જિંજરબ્રેડ **Gingerbread**

ઈંગ્લેન્ડ અને વેલ્સમાં એકલાં માતા કે પિતા સાથેનાં કુટુંબોને ટેકો આપતી અગ્રણી સંસ્થા.

વેબસાઈટ: www.gingerbread.org.uk
એડવાઈઝ લાઈન: **0800 018 4318**

ગ્રાન્ડપેરેન્ટ્સ ફેડરેશન **Grandparents' Federation**

છૂટાછેડા, જુદા પડવું અથવા બીજી કૌટુંબિક સમસ્યાઓને કારણે જે દાદા-દાદી (કે નાના-નાની)એ બાળકો સાથેનો સંપર્ક ગુમાવી દીધો હોય, જેઓ પોતાનાં પૌત્ર-પૌત્રીઓની સંભાળ રાખતાં હોય, અથવા જેમને પોતાનાં પૌત્ર-પૌત્રીઓની લોકલ ઓથોરિટી દ્વારા રાખવામાં આવતી સંભાળ વિશે ચિંતા હોય તેમના વતી કામ કરે છે.

વેબસાઈટ: www.solicitorhelp.com/grandparentefederation1.htm
એડવાઈઝ લાઈન: 01279 444 964

ધ લો સોસાયટી ચિલ્ડ્રન પેનલ **The Law Society Children Panel**

કોર્ટની કૌટુંબિક કાર્યવાહીઓમાં બાળકો અને યુવાન લોકો અને બીજા પક્ષોનું પ્રતિનિધિત્વ કરવામાં અનુભવી સોલિસિટરોનો સંપર્ક કરવામાં મદદ કરે છે.

વેબસાઈટ: www.lawsociety.org.uk
ફોન: 0870 606 6575

એન.સી.એચ. **NCH**

બાળકો માટેની સેવાઓ પૂરી પાડનાર, 500 કરતાં વધારે પ્રોજેક્ટો છે. તેમની વેબસાઈટ પરથી અનેક મુદ્દાઓ ઉપર માહિતી અને સલાહ આપવામાં આવે છે. તે ઉપરાંત 'ઈટ્સ નોટ યોર ફોલ્ટ' (તે તમારો વાંક નથી) નામની વેબસાઈટ પર વ્યવહારિક અને કૌટુંબિક ભંગાણની પરિસ્થિતિમાંથી પસાર થઈ રહેલાં માતાપિતાઓ માટે માહિતી મળે છે.

વેબસાઈટ: www.nch.org.uk
તે તમારો વાંક નથી: www.itsnotyourfault.org

નેશનલ સોસાયટી ફોર ધ પ્રીવેન્શન ઓફ ક્રૂઅલ્ટી ટુ ચિલ્ડ્રન (એન.એસ.પી.સી.)

National Society for the Prevention of Cruelty to Children (NSPCC)

યુકેની એક અગ્રણી ચેરિટી સંસ્થા, જે બાળકોની સુરક્ષા અને બાળકો પર થતા અત્યાચાર રોકવાનાં કામોમાં નિષ્ણાત છે. કોઈ બાળકની સુરક્ષા અંગે ચિંતિત કોઈ પણ વ્યક્તિને હેલ્પલાઈન પરથી માહિતી, સલાહ અને કાઉન્સેલિંગ મળી શકે છે.

વેબસાઈટ: www.nspcc.org.uk
ચાઈલ્ડ પ્રોટેક્શન હેલ્પલાઈન: 0808 800 5000

વન પેરન્ટ ફેમિલિઝ **One Parent Families**

એકલાં માતા કે પિતાઓને બેનિફિટો, ટેક્સ, કાનૂની હકો, કૌટુંબિક કાયદા, સંપર્કની બાબતો, સી.એસ.એ. વગેરે ઉપર માહિતી આપે છે.

વેબસાઈટ: www.oneparentfamilies.org.uk
હેલ્પલાઈન: 0800 018 5026

પેરન્ટલાઈન પ્લસ **Parentline Plus**

માતાપિતાઓ અને કુટુંબોને અનેક પ્રકારની સેવાઓ મારફતે મદદ અને માહિતી.

વેબસાઈટ: www.parentlineplus.org.uk
હેલ્પલાઈન: 0808 800 22 22

રીલેટ **Relate**

સલાહ, કાર્યશિબિરો, મધ્યસ્થી, સંબંધો અંગે કાઉન્સેલિંગ અને રૂબરૂમાં ટેકો, ટેલિફોન અને વેબસાઈટ દ્વારા કાઉન્સેલિંગ આપે છે.

અપોઈન્ટમેન્ટ કરવા માટેની લાઈન: **0845 1 30 40 16**

વેબસાઈટ: **www.relate.org.uk**

રીયૂનાઈટ **Reunite**

જે માતાપિતાઓ અને કુટુંબોનાં બાળકોને ઉઠવી જવામાં આવ્યાં હોય અથવા જેમને ઉઠાવી જવામાં આવશે એવો ડર હોય તેમને સલાહ, ટેકો અને માહિતી પૂરાં પાડે છે.

વેબસાઈટ: **www.reunite.org**

એડવાઈઝ લાઈન: **0116 2556 234**

વિમેન્સ એઈડ **Women's Aid**

સતાવાયેલી સ્ત્રીઓ અને બાળકોની રક્ષા કરવા માટેની ઝૂંબેશો ચલાવે છે. ઘરમાં લાગણીશીલ, શારીરિક કે જાતીય અત્યાચારનો ભોગ બનતી સ્ત્રીઓને ટેકો આપે છે.

PO Box 391

Bristol

BS99 7WS.

ફોન (એડમિન): **0117 944 4411**

વેબસાઈટ: **www.womensaid.org.uk**

હેલ્પલાઈન: **0808 2000 247**

બાળકો અને યુવાન લોકો માટે વેબસાઈટ: **www.thehideout.org.uk**

બીજી ઉપયોગી સંસ્થાઓ

ચિલ્ડ્રન્સ રાઈટ્સ અલાયન્સ ફોર ઈંગ્લેન્ડ (સી.એ.આર.ઈ.- કેર)

Children's Rights Alliance for England (CRAE)

275 સ્વૈચ્છિક અને કાયદેસર સંસ્થાઓનું સંગઠન ઈંગ્લેન્ડમાં બાળકોનાં જીવન પરિવર્તન અને સ્થાન માટે ઝૂંબેશો ચલાવે છે અને માનવીય અધિકારોના કાયદાઓ હેઠળ 'કન્વેન્શન ઓન ધ રાઈટ્સ ઓફ ધ ચાઈલ્ડ' (બાળકના અધિકારો ઉપરનું અધિવેશન)ની પૂરેપૂરી અમલબજાવણી પ્રાપ્ત કરવાનો પ્રયત્ન કરે છે.

વેબસાઈટ: www.crae.org.uk

ફોન: **020 7278 8222**

ફાધર્સ ડાઈરેક્ટ Fathers Direct

પિતૃત્વ ઉપરનું રાષ્ટ્રિય માહિતી કેન્દ્ર. સમાચારો, તાલીમ વિશે માહિતી, નીતિ સુધારા, સંશોધનોના સંકેપો, અને પિતાઓ તેમજ તેમનાં કુટુંબોને ટેકો આપવાનાં માર્ગદર્શનો.

વેબસાઈટ: www.fathersdirect.com

ફોન: **0845 634 1328**

નેશનલ અસોસિએશન ઓફ ચાઈલ્ડ કોન્ટેક્ટ સેન્ટર્સ

National Association of Child Contact Centres

ચાઈલ્ડ કોન્ટેક્ટ સેન્ટર્સના રાષ્ટ્રિય માળખાની અંદર રહીને બાળક સાથેના સલામત સંપર્કને પ્રોત્સાહન આપે છે, જ્યાં બીજા કોઈ વિકલ્પો ન હોય ત્યાં જુદાં રહેતાં કુટુંબોનાં બાળકો માતા કે પિતા અથવા બંને સાથે તેમજ બીજાં કુટુંબીજનો સાથે સમય પસાર કરી શકે છે.

વેબસાઈટ: www.naccc.org.uk

ફોન: **0845 4500 280**

નેશનલ ફેમિલિ મીડિયેશન National Family Mediation

ઈંગ્લેન્ડ અને વેલ્સમાં 60 કરતાં વધારે ફેમિલિ મીડિયેશન સર્વિસીસનું માળખું, જે છૂટાં પડી રહેલાં કે છૂટછેડા લઈ રહેલાં દંપતિઓને મદદ પ્રદાન કરે છે. વેબસાઈટ ઉપર મીડિયેશન વિશે સમજાવવામાં આવ્યું છે અને સ્થાનિક સેવાઓની વિગતો આપવામાં આવી છે.

વેબસાઈટ: www.nfm.u-net.com

ફોન: **01392 271 610**

રેઝોલ્યુશન Resolution (અગાઉનું સોલિસિટર્સ ફેમિલિ લો અસોસિએશન Solicitors Family Law Association)

સોલિસિટરોનું આ સંગઠન કૌટુંબિક કાયદાનું નિષ્ણાત છે અને કુટુંબોમાં પડતાં ભંગાણો પ્રત્યે સમાધાનવાળું, રચનાત્મક વલણ અપનાવવાને પ્રોત્સાહન આપે છે. સ્થાનિક સોલિસિટર સભ્યો વિશે જાણકારી આપી શકે છે.

વેબસાઈટ: www.resolution.org.uk

ફોન: **01689 820 272**